



2005跨年

——我在斯里蘭卡

I was in Sri Lanka on New Year's Eve of 2005

■ 文 / 胡薰丹 花蓮慈濟醫院心蓮病房護理師

從來沒想過，電視報導中受災難的國家會跟我有關聯。2004年12月27日，南亞大海嘯災後的第二天，慈濟醫院開始徵召自願前往災區協助的醫療成員。28日中午行前說明，29日下午，一行人就已經在往斯里蘭卡的飛機上了。這也讓我見識到慈濟救災動作之快速啊！

隨著兩噸的愛心 立時到達受災地

記得12月28日當天我還在居家訪視時，護理長淑貞姊打電話問我是否願意到斯里蘭卡賑災？我愣了一下就答應，也沒考慮很多，只打了電話回家報備。媽媽突然接到我的電話，但她認為是善事也同意我去，然而家人總是會擔心，因為此行充滿許多不確定的變數，媽媽告訴我會求神保佑大家平平安安。29日出發前向慈濟的大家長證嚴上人告假，上人叮嚀「自安安人」，他期許我們這一行人能將這任務完成。

兩噸的物資到底有多少？在機場通關時，算一算，185箱的物資將隨機運送，帶著大家滿滿的愛，我們

出發到斯里蘭卡。到達首都可倫坡已經是凌晨一點多，稍作休息後我們前進到災區漢班托塔，途中路上的房子及車子前方都掛有白旗，當地人告訴我們因為舉國國殤，但是到底有多少人受創，並沒有很確切的統計數字。

到達下榻的飯店，一組人先前往勘災，而我們則留下來整理物資。當消息傳來海嘯所經之處無一倖免，大家的表情馬上變得凝重，心也跟著沉甸甸地。晚餐時宣布了一個好消息，就是當地政府將提供一間空屋，讓我們作為醫療站，為災後的民眾服務。

身兼數職 大家仍面帶微笑

天空微亮，我們已整隊出發到醫療站，沿途的風景真是美麗，但越靠近災區，映入眼中的卻是滿目瘡痍的景象，頓時我感受到這樣的晨曦是如此沉重，罹難者家屬如何去迎接這失去家人的每一天？

醫療站是一間空屋，當地政府在一夕之間已將水電接好，接下來大家分工合作，豎旗、打掃、將醫療站設立，並且在黃思賢師兄(慈濟基

在災區義診，每個人的工作都是多重的。圖為胡薰丹(右)與穎萱於藥局幫忙。



發藥，護士也同時身兼掛號、消毒器械、整理病歷等工作。雖然忙碌，大家仍不忘面帶笑容，護士大炳(涂炳旭，花蓮慈院急診副護理長)甚至還開玩笑，要叫珍珠奶茶去冰半糖外送……，當然，出現的是當地的名產：椰子汁。我們也考慮到當地居民候診時間過長，現場也提供表演，順便招募當地志工。

陪伴悲傷過度的婦女

第一天，我被分發的工作是跟著車出診，在車上思賢師兄不斷的與阿尼爾(印尼志工師兄的事業夥

伴)溝通慈濟的賑災觀念，我又驚訝的知道原來慈濟賑災是很有規劃的，不是只有眼前的，而是長遠的計畫。車子經過一處當地發放區，經溝通後我們瞭解到一些居民需要醫療，於是張醫師與楊醫師也就開始看診。其中有一位被其他家屬攙扶走來的婦女，眼神呆滯，話語不斷重複，而且已經好幾天不吃不睡。我們細問後才知道，她的小孩都罹難了。楊醫師認為她是悲傷過度，當下先給鎮靜劑讓病人休息。我握著婦人的手，面對著喃喃自語

金會全球總督導)的帶領下莊嚴肅穆的唱頌慈濟功德會會歌。雖然，我們只有幾張桌椅，箱子內的醫藥材也尚未整理，卻已經有聞風而來的居民要看醫生了。醫師們也就立刻一人一間，認真的看診起來，長禱姊(現為花蓮慈院品管中心組長)也快速分配工作給我們，像是：檢傷護士、藥局幫忙發藥、整理歸納醫藥、巡迴各個診間、隨車往診。每個人的工作都是多重的，分工合作，哪裡忙不過來，馬上就有人遞補，醫師也幫忙檢傷或到藥局



的她，我並不能幫她做什麼，因為這需要的是長時間陪伴。此刻，我想祈求菩薩，讓苦難趕快過去吧！待我們要離開回到車上，楊醫師說了一件讓人感動的事，他說：「剛才那位婦人的老闆問醫生開的是什麼藥？他願意幫婦人買，也希望買營養品給婦人。」慈濟的愛就像這樣，一點一滴地傳遞給當地的人們，讓心中的愛開始發芽。

接著我們又到另一個收容所，途中遇到一位海嘯的生還者，全身是外傷，傷口已做過處理，但是傷口癒合不好。張醫師重新上藥、包紮，看著他疼痛的表情，我的心跟著糾結，張醫師也不斷的安慰說：「這是爲了他好，必須要將壞死組織去除，好的組織才能生長」。最後，醫師也教他如何換藥，才結束今天的行程。

沒有跨年舞會 有虔誠祈福的燭光

今天是醫療站運作的第一天，晚上六點看診時間即將結束時，突然傳來醫療站沒有鎖，所以醫藥必須要搬回去，這時候大家商量要輪流守夜看顧醫藥、順便整理醫藥，不過隨即又傳來消息，當地警察願意輪班替我們看管藥物，這真是讓我們感恩啊！等大家收拾好一天的

工作，踏上歸途已經是七點半。沿途村莊電力尚未完全恢復，這樣的夜晚顯得更昏暗。突然間我在道路兩旁，看見一盞盞微弱的燭光，原來那是爲罹難者祈福的燭光。此刻從車窗望出去的我，感受著那一份人間的愛，也感受著那一刻夜的寧靜。今天是2004年的最後一天，沒有跨年舞會，沒有狂歡的氣氛，只有虔誠祈禱的心。

大愛無國界 愛的種子發芽

連著幾天的醫療看診，病人不減反增，居民不遠千里而來。一大早醫療團剛到醫療站，看診民眾已經排隊等候我們了。雖然如此，大家仍然協力合作，提供最親切的服務，這樣一來自然而然地也吸引當地人加入做志工。從第一天的手忙腳亂，到後來的漸入佳境，除了歸功團隊的態度認真，所招募的當地志工也幫了不少忙，他們協助搬桌椅、清潔打掃、維持秩序，甚至連當地藥師也到藥局幫忙，會講英文的人則幫忙當翻譯。

我們一行人深刻地感受到，從台灣帶著慈濟人的大愛，已傳遞到漢班托塔。此時此刻大愛開始成長發芽，吸引當地人共同來服務，也響應著上人的教誨——大愛無國界。

在斯里蘭卡的經歷，讓薰丹回到台灣後遇到每一個人，都覺得歡喜，每一件事都可以承受，或許這就是一種災後義診症候群。



災後義診症候群 無限感動

回到台灣，回到工作崗位，心中莫名的感動仍然澎湃著，斯里蘭卡之行到底對我產生什麼影響？為什麼回來之後見到任何人，我都覺得很歡喜；什麼困難事，都覺得可以承受。常常一提到斯里蘭卡的事，不自覺地就會想哭，那是打從心底感動的想流淚，並非難過的情緒。

終於，我在與一位身體羸弱的病人分享時，我流淚了。這位癌症末期的年輕女孩，據說一直關心著南亞賑災，雖然身體如此衰弱，卻仍然有著清澈的心，悲憫受難的人，曾經有一位病人告訴我：「上帝把力量的權柄，交托在脆弱的人手中」。上人在靜思語中也提到：「施比受更有福。真正的快樂，是

施捨出去後的那份清靜、安詳與喜悅。」終於在此刻，我體悟到了。

也許有人會說這是「災後創傷症候群」，如果是創傷那應該是不好的，但是為何我會覺得如此的感動並且獲得力量呢？或許這就是「膚慰的力量」。上人告訴我們：「一滴淚落下來，立刻會被一層凝結的薄膜止住；因為天地間自有一種撫慰的力量，這種力量叫做『膚』。生死之痛，其實就像一滴燭淚落下來，突然被『膚』著。」我想這樣的經驗，只有親身經歷過的人，才能夠理解箇中奧秘，感受已超越言語可以表達的一切。

忙碌的臨床工作持續著，現在的我卻比以前多了一點悲憫心，也多了一份耐受力。午夜夢迴，賑災義診的人事物，會再度入夢來……



另類護理

——精神醫學科

A Totally Different Territory of Nuring -- Psychiatry Medicine

■ 文 / 張幸齡 花蓮慈濟醫院精神科病房護理長

失而復得護理路

以前有一部家喻戶曉的卡通「小甜甜」，自幼受到它的影響立志要成爲一位護理人員。就這樣進入了專校接受護理教育！五年的薰陶當中，專二那一年家父罹患癌症，我一度因此喪失了當初想成爲護理人員的志願，整個人非常沮喪、失落，幾乎要放棄。

記得那時在內外科護理實習時，我選擇照顧一位癲瘋病老伯伯，當時胡月娟老師還特地詢問我，我只回答她：「這邊全部都是癌末臨終個案，我不想選。」因爲父親的狀況，讓我害怕面對此類病患，所以讓我做此選擇，那時他已是全身黑嚙嚙的、骨瘦如材，在十多年前的當時，一般人對於癲瘋病人是很抗拒接觸、甚至恐懼的。這位老伯伯的太太看到我這個年輕護生，反過來問候我，同我聊天，並詢問我大家都害怕爲何我卻反過來選擇照顧他先生？我就這樣照顧這位膝下無子的老伯伯，如同她的子女般陪他走到臨終，也克服了家父罹患癌

症對我造成的陰霾及衝擊。原來，面對往生並不是想像中那麼冷酷可怕的。也感恩胡老師一直在旁鼓勵與輔導。就這樣，我重拾對護理的信心，家父如今也已康復。我與護理，就此結下不解之緣！

帶著一群精神病患「逛大街」

畢業後一年我自台大公衛學院卸下研究助理的工作，一卡皮箱去到人稱「雞不拉屎、鳥不生蛋」的地方，坊間俗稱「精神病院」的草屯療養院任職。當初父母親訝異表示「我賺錢供妳念書，竟然去照顧『笑ㄟ』」，幾番的磋商、爭執，我待下來。誰說「鳥不生蛋」的地方就不長進呢？我的護理生涯就是在那裡打下基礎！

妳可想像「在稻田裡追逃跑的病人」是什麼滋味嗎？妳可瞭解當一位精神病患在妳忙碌時替妳守在病房鐵門口「幫妳等便當」那種心裡暖暖的感覺嗎？還有，帶著一群精神病患「去逛街」訓練社交技巧能力，逛菜市場、走在街頭社區民眾會熱心接待妳，對妳說「小姐，

進入臨床第15年，張幸齡期許自己持續的努力，希望病人的心理健康起來。



妳又帶患者出來練習囉！哇，真用心。」那種成就感嗎？精神科護理就是這麼特別！不透過任何儀器、不透過任何檢查報告，護理人員自己本身就是工具，運用自己的敏覺度、透過自己的感官知覺，累積臨床學識與經驗來照護病患！

心靈健康是小小心願

二年後我離開草屯，也許年輕吧，不看看外面的世界不甘心！很幸運應徵上台大醫院，巧遇台大成立精神官能症病房，當初是台灣獨一無二的喔！

一報到，分配到的個案可以在洗手台上洗數小時的手、洗到皮膚皺折出現了還欲罷不能，把他帶離開不一會兒他又跑去洗手；還有個案只敢坐在床上，只要腳一伸到床下就緊張焦慮到大聲尖叫，血壓脈搏升高、呼吸加速，無法自我控制。有個個案一入院就告訴我說「護士

小姐我告訴妳，我二十年沒睡覺了，我快要死掉了，怎麼辦？」心想，這是「精神科病房嗎？怎麼有這麼奇奇怪怪的病呢？」最後證實，是真的！人的心病了，就是這麼回事。

我就這樣在精神科臨床六個年頭，最後得到的結論是：人生最重要的就是「要健康」！但是「很難」！

雖然擔任主管近10個年頭了，過去臨床的種種記憶猶新，每當在工作低潮時總會不時回顧這一路走來的歷程，自己是如何在臨床中摸索、在困境中學習而堅持過來，總是再一次勉勵督促自己「可以休息一下，千萬不要放棄」；就這樣我進入臨床第15年。

現在的社會自殺率攀升，憂鬱症排行在三大疾病之首，希望能繼續走下去，是我在臨床上的一大努力課題。希望能一直一直努力下去！✂